

## Ausrüstungsliste für Klettersteige

Für Tagestouren im alpinen Raum. Wenn nicht anders angeführt, ist die Ausrüstung immer pro Person erforderlich. Ausrüstung in eckigen Klammern versteht sich als optional. Diese Liste stellt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und ist den individuellen Bedürfnissen anzupassen. Der Verfasser übernimmt keinerlei Haftung für unvollständige oder unrichtige Angaben.



### 1. Klettersteig-Basisausrüstung:

- **Gurt**
- **Modernes, normgerechtes Klettersteigset** (bestehend aus Falldämpfersystem, 2 Klettersteigkarabinern und Einbindeschlaufe, ev. zusätzliche Rastschlinge)
- **Helm**
- **Handschuhe** (für das Kajak, je nach Bauart; für Bug und Heck)
- **Rucksack** (so klein wie möglich, so groß wie nötig; der Tour angepasst mit gutem Tragekomfort)

### 2. Notfallausrüstung:

- **Erste Hilfe Paket**
- **Mobiltelefon**
- **Biwaksack** (der Tour angepasst; bei langen alpinen Steigen pro Person ein Platz)
- **Taschenlampe**
- **Taschenmesser**
- **persönliche Medikamente**

### 3. Bekleidung, Verpflegung und Orientierung:

- **Schuhe und Oberbekleidung** (dem Ziel, den persönlichen Vorlieben und der Jahreszeit angepasst; elastische Kleidung mit viel Bewegungsfreiheit erhöht den Spaßfaktor)
- **Wetterschutz**
- **Ausreichend Getränke (!), Jause etc.**
- **[Führerliteratur, Topo, Karten, GPS,...]**

### 4. Besondere Ausrüstung:

- **[Seil zum Nachsichern oder für den Zu- o. Abstieg]**
- **[zusätzliche Karabiner, Expressschlingen, Seilrollen, Klemmen,...]**
- **[Steigeisen]**
- **[Pickel]**

Genussvolle Klettersteigtouren wünscht Euch                      Peter

Dr. Peter Biermayr  
Österreichischer Alpenverein, Landesalpinreferat Niederösterreich  
Tel.: 0680-5076744   E-Mail: [peter@multisportiv.at](mailto:peter@multisportiv.at)   Web: [www.multisportiv.at](http://www.multisportiv.at)